

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад №22
/Иванова О.С./

МЕНЮ

22 ноября 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	62,00	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,58	4,29	20,56	135,72	0,41
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	155	1,36	0,19	24,04	103,30	0,00
	ТК№03 5	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	33,60	0,96
Итого			371	6,82	8,39	35,96	231,32	1,37
II Завтрак								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	180	0,50	0,00	29,70	122,40	10,80
Итого			180	0,50	0,00	29,70	122,40	10,80
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,60	2,30	3,20	36,50	0,10
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/7	2,73	5,65	6,15	88,74	3,15
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	60	9,23	12,90	2,39	162,55	0,36
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	120	3,57	1,76	22,81	121,38	0,00
	ТК№03 6	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,07	0,05	6,49	26,88	0,33
	ТК№01 6	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	33	2,24	0,26	14,12	68,24	0,00
Итого			570	18,44	22,92	55,16	504,29	3,94
Полдник								
	ТК№01 1	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	120	13,46	11,48	17,36	226,58	8,77
	ТК№03 1	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,30	0,00	20,80	85,00	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4,45	3,16	28,70	160,67	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,13	0,45	7,73	39,30	0,00
Итого			375	19,64	15,09	75,59	517,15	10,37
Всего				45,40	46,40	196,41	1 375,16	26,48

Медицинская сестра _____ Филиппова А. Ю.

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад №22
_____ /Иванова О.С./

МЕНЮ
22 ноября 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1,62	4,73	21,26	132,40	6,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	4,91	5,20	29,83	186,47	0,53
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	205	2,02	0,29	31,00	134,63	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			431	6,53	9,93	59,49	352,87	6,53
II Завтрак								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	180	0,96	0,24	17,80	78,00	4,30
Итого			180	0,96	0,24	17,80	78,00	4,30
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,80	2,90	4,00	45,60	1,90
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	2,67	6,30	5,43	91,56	2,82
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	70	10,40	4,00	9,30	135,30	0,50
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (аллергики)	50	18,39	15,73	0,67	217,51	0,34
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	4,00	3,40	19,40	121,80	0,00
	ТК№047	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	0,08	0,06	7,80	32,32	0,40
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	39	2,65	0,31	16,54	79,56	0,00
Итого			704	20,60	16,97	62,47	506,14	5,62
Полдник								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	11,41	9,90	18,44	208,49	9,32
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,36	0,00	25,00	102,00	0,30
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,54	3,27	25,27	144,47	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,25	0,90	15,45	78,60	0,00
Итого			450	17,86	14,07	85,16	539,16	11,22
Всего				45,95	41,21	224,92	1 476,17	27,67

Медицинская сестра _____ Филиппова А.Ю.

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №22

/Иванова О.С./

МЕНЮ

22 ноября 2024 г.

Сад 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	3,05	9,41	20,64	179,60	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,07	8,10	27,90	225,00	0,50
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	205	4,87	5,28	26,81	173,94	0,00
	ТК№035	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			431	8,12	17,51	56,94	438,60	0,50
II Завтрак								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	150	0,80	0,20	14,83	65,00	3,58
Итого			150	0,80	0,20	14,83	65,00	3,58
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	1,05	2,89	6,15	54,76	2,88
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	8,77	10,37	19,21	208,07	9,45
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (аллергики)	200	1,94	8,37	15,13	143,85	7,61
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	70	14,29	15,94	2,45	210,18	0,57
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (аллергики)	50	14,86	15,35	0,70	200,03	0,34
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	4,00	3,40	19,40	121,80	0,00
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	155	2,91	4,78	24,02	151,11	12,17
	047	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	0,05	0,04	7,05	28,85	0,24
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,47	0,18	9,39	45,47	0,00
Итого			687	29,63	32,82	63,65	669,13	13,14
Полдник								
2008	435	КЕФИР	200	3,30	0,30	8,00	62,00	0,60
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	70	5,04	2,94	37,24	230,00	0,00
Итого			270	8,34	3,24	45,24	292,00	0,60
Всего				46,89	53,77	180,66	1 464,73	17,82

Медицинская сестра _____ Филиппова А. Ю.